

4. Informasi tentang perawatan kesehatan pada anak stunting yang memiliki komplikasi Pneumoni di rumah

Perawatan kesehatan anak dengan **stunting** yang mengalami komplikasi **pneumonia** di rumah memerlukan pendekatan komprehensif yang menggabungkan perawatan medis, nutrisi, dan dukungan keluarga.

Pneumonia pada anak adalah infeksi pada paru-paru yang menyebabkan peradangan di alveoli (kantong udara kecil di paru-paru) yang bisa terisi dengan cairan atau nanah. Kondisi ini membuat anak sulit bernapas karena paru-paru tidak dapat menyuplai oksigen secara efisien ke seluruh tubuh.

Penyebab Pneumonia pada Anak:

Pneumonia bisa disebabkan oleh berbagai mikroorganisme, seperti:

1. **Bakteri:**

- *Streptococcus pneumoniae* adalah penyebab bakteri yang paling umum.
- *Haemophilus influenzae* tipe B (Hib) juga sering menyebabkan pneumonia.

2. **Virus:**

- Virus seperti *influenza*, *respiratory syncytial virus* (RSV), dan *adenovirus* sering menyebabkan pneumonia pada anak-anak, terutama pada balita.

3. **Jamur:** Pneumonia akibat infeksi jamur lebih jarang terjadi, tetapi bisa terjadi pada anak-anak dengan sistem kekebalan tubuh yang lemah.

Gejala Pneumonia pada Anak:

Gejala pneumonia pada anak bisa bervariasi, tergantung pada penyebab dan tingkat keparahan penyakit. Beberapa gejala yang umum meliputi:

- **Batuk** (biasanya dengan dahak)
- **Demam tinggi** (mungkin disertai menggigil)
- **Napas cepat** atau sulit bernapas
- **Sesak napas** (anak tampak kesulitan bernapas atau menggunakan otot-otot tambahan untuk bernapas)
- **Dada terasa sakit** terutama saat bernapas atau batuk

- **Kelelahan dan lesu**
- **Mual, muntah, atau tidak mau makan** terutama pada anak kecil
- **Wajah atau bibir kebiruan** karena kurang oksigen (disebut *sianosis*)

Faktor Risiko:

Beberapa anak lebih rentan terkena pneumonia, antara lain:

- Anak dengan sistem kekebalan tubuh lemah
- Anak yang menderita penyakit kronis (misalnya asma atau penyakit jantung bawaan)
- Anak yang kurang gizi atau mengalami malnutrisi
- Anak yang tinggal di lingkungan dengan paparan polusi udara atau asap rokok
- Anak yang belum menerima imunisasi lengkap, terutama vaksin Hib, PCV, dan campak

Diagnosis Pneumonia pada Anak:

Pneumonia biasanya didiagnosis melalui kombinasi:

- **Pemeriksaan fisik:** Dokter mendengarkan suara napas anak menggunakan stetoskop.
- **Rontgen dada:** Untuk melihat kondisi paru-paru.
- **Tes darah:** Untuk melihat adanya infeksi dan menentukan apakah penyebabnya bakteri atau virus.
- **Tes dahak:** Untuk mengidentifikasi organisme penyebab infeksi.

Penanganan Pneumonia pada Anak:

- **Antibiotik:** Jika pneumonia disebabkan oleh bakteri, dokter akan meresepkan antibiotik.
- **Perawatan di rumah:** Anak perlu banyak istirahat, diberi cairan yang cukup, dan mengikuti pengobatan yang diresepkan dokter.
- **Obat antipiretik:** Seperti paracetamol, dapat digunakan untuk meredakan demam.
- **Oksigen:** Jika anak mengalami kesulitan bernapas, mungkin diperlukan oksigen tambahan.

Pada kasus yang lebih parah, anak mungkin memerlukan perawatan di rumah sakit, terutama jika anak mengalami kesulitan bernapas, dehidrasi, atau kondisinya tidak membaik dengan pengobatan di rumah.

Pencegahan Pneumonia pada Anak:

- **Imunisasi:** Pastikan anak mendapatkan vaksinasi seperti vaksin *PCV* (pneumococcal conjugate vaccine), *Hib* (Haemophilus influenzae type B), dan vaksin campak.
- **Gizi yang baik:** Memberikan asupan gizi yang seimbang dan cukup untuk memperkuat sistem kekebalan tubuh anak.
- **Kebersihan lingkungan:** Menjaga kebersihan rumah dan lingkungan sekitar serta menghindari paparan asap rokok dan polusi udara.

Pneumonia adalah kondisi serius pada anak yang memerlukan perhatian medis segera, terutama jika disertai dengan gejala berat seperti kesulitan bernapas atau demam tinggi. Penanganan yang tepat dan cepat sangat penting untuk mencegah komplikasi.

Berikut adalah beberapa langkah penting yang dapat dilakukan untuk merawat anak dengan kondisi tersebut di rumah:

1. Pemberian Obat sesuai Resep Dokter

- **Antibiotik:** Jika pneumonia disebabkan oleh infeksi bakteri, antibiotik yang diresepkan oleh dokter harus diberikan secara teratur dan sesuai jadwal. Pastikan anak menyelesaikan seluruh dosis antibiotik meskipun gejala sudah membaik.
- **Obat Pengurang Demam:** Jika anak mengalami demam, obat antipiretik seperti parasetamol dapat diberikan dengan dosis yang disesuaikan menurut berat badan dan usia anak.

2. Pemantauan Gejala

- **Suhu tubuh:** Pantau suhu tubuh anak secara berkala. Jika demam terus-menerus atau semakin tinggi, segera konsultasikan dengan dokter.

- **Perubahan napas:** Amati napas anak, seperti apakah anak mengalami sesak napas, napas cepat, atau adanya tarikan dinding dada. Jika ada tanda-tanda ini, segera cari pertolongan medis.

3. Pemberian Nutrisi yang Cukup

Anak dengan stunting memerlukan nutrisi yang baik untuk mendukung pertumbuhannya. Pneumonia dapat mengurangi nafsu makan, namun penting untuk tetap memastikan anak mendapatkan asupan nutrisi, seperti:

- **Makanan bergizi:** Berikan makanan tinggi kalori dan protein, seperti telur, daging, ikan, kacang-kacangan, dan produk olahan susu.
- **Suplementasi vitamin:** Vitamin A, zinc, dan suplemen multivitamin dapat membantu mempercepat pemulihan.
- **ASI atau Susu Formula:** Jika anak masih di bawah 2 tahun, berikan ASI atau susu formula sesuai kebutuhan.

4. Hidrasi yang Cukup

Anak yang sakit pneumonia dapat kehilangan banyak cairan karena demam atau kesulitan makan dan minum. Penting untuk:

- **Pemberian cairan:** Berikan air, jus buah, atau cairan rehidrasi oral (ORS) secara berkala. Jika anak masih menyusui, seringkan pemberian ASI.

5. Jaga Kebersihan Lingkungan

- Pastikan lingkungan rumah bersih dan memiliki sirkulasi udara yang baik. Hindari asap rokok atau polusi udara yang dapat memperburuk kondisi pneumonia.
- Cuci tangan dengan sabun sebelum menyentuh anak atau menyiapkan makanan.

6. Istirahat yang Cukup

Anak perlu mendapatkan istirahat yang cukup untuk membantu pemulihan. Berikan tempat tidur yang nyaman dan hindari aktivitas berlebih.

7. Fisioterapi Dada (Jika Diperlukan)

Fisioterapi dada mungkin direkomendasikan oleh dokter untuk membantu anak mengeluarkan dahak dan mempermudah pernapasan.

8. Kunjungan Kontrol ke Dokter

Jangan lupa untuk melakukan kontrol ke dokter sesuai jadwal yang ditentukan. Ini penting untuk memantau perkembangan kondisi pneumonia dan stunting.

9. Pencegahan Komplikasi

- **Imunisasi:** Pastikan anak sudah mendapatkan imunisasi lengkap, termasuk vaksin pneumonia (PCV) dan vaksin campak. Imunisasi dapat membantu mencegah infeksi lanjutan.
- **Pantau Berat Badan dan Tinggi Badan:** Lakukan pemantauan berat dan tinggi badan anak secara berkala untuk melihat perkembangan nutrisi dan kesehatan secara umum.

Jika ada tanda-tanda perburukan kondisi seperti sesak napas parah, anak terlihat sangat lemas, atau tidak mau makan dan minum sama sekali, segera bawa anak ke fasilitas kesehatan terdekat untuk mendapatkan penanganan lebih lanjut.